

# Du **CHAMP** de Mars... *au de blé*

Mai 2011 - n°5

**« En avril, ne te découvre pas d'un fil ». Le soleil a eu raison du dicton. Quel plaisir de goûter un peu de douceur et de chaleur après un hiver si long. La nature est en ébullition. Arbres fruitiers en fleurs et vertes pâtures arrivent pourtant un peu tôt et augurent d'une sévère sécheresse. L'année dernière à la même période nous en parlions déjà. Hélas, 2011 se met au diapason des années difficiles. Les « anciens » s'en réfèrent à 1976...**

Le soleil a 2 mois d'avance : l'arrosage s'impose pour sauver les jeunes cultures qui ont naturellement besoin d'eau pour s'enraciner et prospérer. Malgré tout, nous envisageons déjà d'implanter du sorgho afin d'assurer des stocks de nourriture pour l'hiver prochain. Nous pilotons à vue, la météo donne le *la*, mais sans anticipation, nos animaux, risquent de souffrir très sérieusement... et avec eux vos prochains steaks et notre revenu !

Après un hiver enfermé à l'étable, le troupeau profite des pâturages depuis fin mars. La charge de travail s'en trouve notablement allégée : 3 petits quarts d'heure suffisent matin et soir pour s'occuper des veaux et vaches laitières (contre 2 fois 2 heures l'hiver). La mise à l'herbe demande néanmoins une surveillance particulière : chaque pré est équipé d'un système de pompe et de bassin afin d'abreuver vaches et veaux. Gare aux crépines envasées, aux pompes désamorçées... il ne s'agit pas de laisser un bovin sans eau trop longtemps... qui en consomme plus d'une quarantaine de litres par jour !

Après quelques retards, le moulin est opérationnel, depuis début avril nous voici donc meuniers ! Adieu les kilomètres et les heures de transport pour aller faire moudre la farine. Nous apprécions ce nouveau mode de travail qui nous permet de fonctionner sans « à coup » et d'assurer une mouture régulière.

Les pommes de terre viennent d'être plantées dans des conditions vraiment favorables et pourront être récoltées à partir de mi-septembre.

La période des vêlages de printemps s'achève, 26 petits veaux sont nés, dans des conditions un peu complexes cette année : l'instinct maternel n'est pas inné et celui de téter non plus ! Quel stress quand un nouveau-né de tête pas sa mère : il faut alors attacher cette dernière pour éviter les coups, et forcer le naturel, et ce 3 ou 4 fois par jour, jusqu'à ce que mère et veau s'approprient, sans quoi, la mort du petit est assurée...

Nouveau logo bio. Peut-être l'avez-vous remarqué, le logo AB a disparu de nos colis de viande, remplacé par « l'euro-feuille ». La législation bio évolue avec l'Europe... Nous en reparlerons plus en détail une prochaine fois.

Nous prévoyons une nouvelle livraison début octobre, d'ici là nous vous souhaitons un bel été !

**Thomas & Hélène MARTIN**

**EARL  
TOUCHET  
François**

Thomas et Hélène MARTIN  
EARL TOUCHET François  
[htmartin@hotmail.fr](mailto:htmartin@hotmail.fr)  
06 71 35 46 90  
<http://fermedefrancois.canalblog.com/>

*Retrouvez toutes ces  
recettes et bien d'autres  
sur notre blog !*

fermedefrancois.canalblog.com

**INFO CONSO** : Les steacks hachés doivent être soit congelés, soit conservés entre 1° et 3° et consommés plus rapidement que les autres morceaux de viande. (Voir date sur l'emballage)

### **SALADE DE BŒUF AUX TOMATES :**

Morceaux : plat de côte,  
poitrine.

- Tomates
- Oignons
- Œufs durs
- Pommes de terre à l'eau

Dans une cocotte, faire bouillir les morceaux de viande avec un bouquet garni pendant 4 heures. Puis égoutter et laisser refroidir. Dans un saladier, mélanger la viande coupée en dés, les œufs durs, l'oignon émincé, les tomates et pommes de terre.

Agrémenter avec un filet d'huile d'olive et de la ciboulette, servir bien frais.

### **HACHIS PARMENTIER : ou comment utiliser la viande de pot-au-feu autrement !**

Morceaux : Poitrine, collier

- Ail, échalote, persil, laurier
- Purée
- Fromage rapé

Faire cuire la viande comme pour un pot au feu. Oter les os. Hacher la viande avec une petite gousse d'ail, un peu d'échalote et du persil. Préparer par ailleurs une purée maison, avec des pommes de terre à chair tendre cuites à l'eau avec 1 feuille de laurier et une gousse d'ail. Ecraser la purée et l'arroser de lait afin qu'elle ne soit pas trop épaisse. Selon vos goûts, mélanger avec le hachis ou alterner les épaisseurs dans un plat à gratin, laisser dorer au four un quart d'heure.

Déguster avec une salade verte !

### **.BŒUF BOURGUIGNON : cuisson longue (3 h), à faire mijoter (dans de l'eau ou du vin rouge).**

Morceaux : poitrine, collier,  
macreuse

- Lardons
- Oignons
- Carottes

Dans une cocotte, faire revenir avec un filet d'huile, oignons, lardons et les morceaux de viande passés dans la farine. Ajouter progressivement l'eau ou le vin et laisser mijoter à feu doux environ 2 heures. Au bout de 2 heures, ajouter les carottes coupées en rondelles. Laisser encore cuire 1 heure.

A servir avec des pommes de terre vapeur par exemple.

**RAPPEL POUR LE POT-AU-FEU : cuisson longue (4 à 5h), faire bouillir du jarret, du plat de côte et de la poitrine. Ajouter des légumes la dernière heure (choux, pommes de terre, carottes...).** Pour faciliter la préparation de ce plat traditionnel, on peut fractionner la cuisson. La viande, très cuite, n'en sera que plus savoureuse

**ASTUCE** : Pour garder la saveur et la tendreté des morceaux que vous avez congelés, sortez-les la veille et laissez-les décongeler dans leur emballage.

